

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Pendidikan Jasmani**

###### **a. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang menitikberatkan pada aktivitas jasmani untuk mengembangkan dan melatih keterampilan kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotor (keterampilan) yang dimiliki anak sebagai sarana pertumbuhan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Samsudin (2008:2) yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Sedangkan pernyataan tersebut serupa dengan apa yang dikemukakan Rahayu (2016:7), pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis dengan tujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan sekolah. Berbagai pernyataan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan jasmani merupakan

pembelajaran yang tidak hanya mengembangkan dan melatih keterampilan psikomotor, afektif, dan kognitif saja. Akan tetapi masih ada aspek-aspek lain yang bisa dikembangkan dari pendidikan jasmani yaitu aspek organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional. Jika aspek-aspek tersebut diasah dengan baik, dapat dipastikan pembelajaran pendidikan jasmani akan berjalan sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diinginkan.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pada mata pelajaran pendidikan jasmani banyak sekali tujuan yang bisa dicapai. Tujuan pendidikan jasmani menurut Rahayu (2016:19) yaitu agar siswa memiliki kemampuan sebagai berikut (1) meletakkan landasan karakter; (2) membangun landasan kepribadian; (3) menumbuhkan kemampuan berfikir kritis; (4) mengembangkan sikap dalam aktivitas jasmani; (5) mengembangkan keterampilan gerak; (6) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri; (7) mengembangkan keterampilan dalam menjaga keselamatan; (8) memahami konsep aktivitas jasmani; (9) sarana mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani.

Sedangkan menurut Sukintaka (dalam Susanto, 2012:10) menyatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani terdiri dari 4 aspek dalam pembelajaran yaitu jasmani, psikomotor, afektif, dan kognitif. Dilihat dari tujuan pendidikan jasmani yang ada diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan

pembelajaran yang sangat penting untuk diterapkan di sekolah, sesuai dengan tujuannya pendidikan jasmani tidak hanya mengedepankan aktivitas fisik atau jasmani, akan tetapi pendidikan jasmani juga bisa sebagai sarana untuk mengembangkan aspek psikomotor, afektif, dan kognitif yang dimiliki oleh anak. Jika aspek-aspek tersebut berjalan dengan baik, diharapkan dalam kehidupannya kelak anak memiliki karakter dan kepribadian yang baik.

Pembelajaran pendidikan jasmani juga dapat dimodifikasi dengan berbagai cara. Salah satunya yaitu dengan menerapkan permainan tradisional dalam pembelajaran. Pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan permainan tradisional dapat menstimulasi kreativitas, sosial, emosional, fisik, dan kepribadian yang dimiliki anak.

## 2. Permainan Tradisional

### a. Pengertian Permainan Tradisional

\* Permainan tradisional merupakan permainan yang dimiliki oleh bangsa Indonesia sejak zaman nenek moyang hingga sampai saat ini. Permainan tradisional juga sudah menjadi budaya bagi masyarakat Indonesia. Hal ini diperkuat dari pernyataan Mulyani (2017:47) yang mengemukakan bahwa permainan tradisional adalah suatu permainan yang diwariskan nenek moyang yang wajib dan perlu dilestarikan karena mengandung nilai-nilai kearifan lokal. Melalui bermain permainan tradisional, kita dapat melatih berbagai

aspek perkembangan anak. Pernyataan tersebut sesuai dengan apa yang dikemukakan Iswinarti (dalam Azizah, 2016:282) menurutnya permainan tradisional merupakan salah satu kekayaan budaya bangsa yang mempunyai banyak sekali nilai-nilai luhur untuk dapat diwariskan kepada anak-anak sebagai generasi penerus.

Berbagai macam definisi dari permainan tradisional di atas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional adalah permainan yang terlahir sejak zaman nenek moyang hingga sampai saat ini yang sudah menjadi budaya bangsa. Pada pelaksanaan permainannya, permainan tradisional juga dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat dari berbagai usia dari mulai anak-anak sampai orang dewasa. Melalui permainan tradisional manusia bisa mengembangkan aspek kemanusiaan, keterampilan, dan pengetahuan yang dimiliki. Oleh sebab itu, permainan tradisional sangat perlu dilestarikan untuk dijadikan sebagai aset kebudayaan bangsa dan juga sebagai sarana untuk membentuk kepribadian anak. Bermain dengan permainan tradisional diharapkan anak memperoleh manfaat-manfaat yang terkandung dalam permainan tradisional.

#### b. Manfaat Permainan Tradisional

Bermain dengan menggunakan permainan tradisional memiliki banyak sekali manfaat yang bisa di peroleh. Menurut Subagyo (dalam Mulyani, 2016:49) manfaat yang diperoleh dari bermain permainan tradisional yaitu (1) anak lebih kreatif; (2)

dapat digunakan sebagai sarana terapi terhadap anak; (3) mengembangkan berbagai kecerdasan antara lain intelektual, emosi, logika, kinestetik, natural, spesial, musikal, dan kecerdasan spiritual terhadap anak.

Sedangkan menurut Siagawati (dalam Andriyani, 2015:41) permainan tradisional memiliki beberapa macam manfaat, antara lain : (1) aspek jasmani, yang meliputi kekuatan, daya tahan tubuh, dan kelenturan; (2) aspek psikologis, yang meliputi kemampuan berfikir, berhitung, membuat strategi, mengatasi hambatan, daya ingat, kreatifitas, fantasi, dan perasaan irama; (3) aspek sosial, yang meliputi kerjasama, kelenturan, dan hormat menghormati.

Berbagai manfaat permainan tradisional yang ada diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan tradisional dapat dijadikan sebagai sarana untuk membentuk karakter anak dari berbagai aspek yaitu meliputi jasmani, psikologis, dan sosial. Melalui pelaksanaan permainan akan terlihat karakter-karakter yang dimiliki masing-masing individu. Karakter-karakter tersebut terlihat ketika anak melupakan emosi yang dirasakan saat bermain seperti tertawa, berteriak, bergerak, menunjukkan sportifitas, dan lain sebagainya.

Pernyataan tersebut sesuai dengan apa yang dikemukakan Misbach (dalam Mulyani, 2016:53) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dengan bermain permainan tradisional dapat menstimulasi berbagai aspek perkembangan yang dimiliki anak

diantaranya yaitu aspek motorik, aspek kognitif, aspek emosi, aspek bahasa, aspek sosial, aspek spiritual, aspek ekologi, dan aspek nilai-nilai/moral. Demikian dilihat dari aspek-aspek yang dikemukakan Mulyani tersebut, permainan tradisional mempunyai nilai-nilai yang sangat positif untuk perkembangan seorang anak. Aspek-aspek tersebut juga dapat dijadikan sebagai sarana media belajar dalam mengembangkan kepribadian seorang anak. Selain itu dengan bermain permainan tradisional anak bisa melatih gerak dasar motorik yang dimiliki.

### 3. Gerak Dasar Motorik

#### a. Motorik

Gerak dasar motorik sejatinya sudah dimiliki seseorang sejak lahir. Motorik sendiri merupakan gerakan yang dilakukan oleh seluruh tubuh dengan menggunakan otot besar maupun otot kecil yang perlu dilatih untuk mencapai kematangan yang diinginkan. Pernyataan ini sesuai dengan apa yang dikemukakan Decaprio (2017:14) yang menyatakan bahwa motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Hal tersebut sesuai dengan kematangan dan pengendalian gerak tubuh yang dimiliki oleh masing-masing individu. Sedangkan menurut Sudjiono (dalam Farida, 2016:4) anak memiliki tiga keterampilan motorik yaitu (1) keterampilan lokomotor : berjalan, berlari, melompat, dan meluncur; (2) keterampilan nonlokomotor : mengangkat, mendorong, melengkung, berayun, dan menarik; dan

(3) keterampilan memproyeksi dan menerima/menangkap benda : menangkap, melempar. Oleh sebab itu, motorik sangat dibutuhkan bagi kelangsungan hidup seorang anak dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Motorik sendiri terdiri dari dua jenis yaitu motorik halus dan motorik kasar.

Motorik halus merupakan suatu gerak tubuh dengan menggunakan otot-otot kecil yang dapat dihasilkan melalui kegiatan latihan secara terus-menerus. Hal ini sesuai dengan pernyataan Pramareta (dalam Sari, 2014:7) motorik halus adalah suatu gerakan otot-otot kecil seperti gerakan jari-jemari tangan yang sering berhubungan atau berkaitan langsung dengan koordinasi panca indera terutama mata dengan tangan. Sedangkan menurut Decaprio (2017:14) motorik halus adalah suatu gerakan yang dilakukan oleh bagian-bagian tubuh tertentu dengan melibatkan sebagian kecil otot tubuh. Gerakan tersebut tidak perlu menggunakan banyak tenaga, melainkan perlu adanya suatu koordinasi antara mata dan tangan. Berdasarkan pernyataan dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa motorik halus merupakan gerak tubuh dengan menggunakan otot-otot kecil yang memerlukan koordinasi dari berbagai panca indera yaitu mata dan tangan yang dimiliki manusia. Motorik halus dapat dikembangkan dengan cara melatih anak melalui kegiatan seperti menulis, membuat garis, melipat, memegang, dan masih banyak lagi. Hal ini berbanding terbalik dengan motorik kasar.

Motori kasar merupakan gerak tubuh manusia dengan menggunakan otot-otot besar. Pernyataan ini diperkuat oleh Masganti (dalam Farida, 2016:4) motorik kasar adalah suatu kemampuan mengubah beragam posisi tubuh dengan menggunakan otot-otot besar. Contoh keterampilan motorik kasar ialah berjalan, berlari, meloncat, melempar, dan melompat. Sedangkan menurut Decaprio (2017:14) motorik kasar adalah suatu gerakan tubuh yang menggunakan berbagai otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan yang dimiliki anak itu sendiri. Demikian dapat disimpulkan bahwa motorik kasar merupakan gerak tubuh manusia dengan menggunakan otot-otot besar yang berguna untuk melaksanakan aktifitas tubuh seperti berjalan, berlari, menarik, melempar, menendang.

Motorik halus dan motorik kasar sendiri bisa dilatih melalui pembelajaran yang ada di sekolah. Melalui pembelajaran motorik di sekolah, anak lebih bisa melatih motorik yang dimiliki dengan terarah sesuai materi yang ada pada pembelajaran tersebut.

#### b. Pembelajaran Motorik

Pembelajaran motorik ditingkat sekolah merupakan hal yang sangat penting. Menurut Schmidt (dalam Windarsih, 2016:22) pembelajaran motorik adalah serangkaian proses pembelajaran yang berhubungan dengan praktik atau pengalaman yang mengarah kepada perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan



menanggapi sesuatu. Sedangkan menurut Decaprio (2017:17) pembelajaran motorik adalah suatu proses pembentukan sistematika kognitif mengenai gerak pada diri setiap siswa, kemudian diaplikasikan dalam kegiatan psikomotor, mulai dari tingkat keterampilan gerak yang sederhana hingga keterampilan gerak yang kompleks, sebagai gambaran fisiologis yang dapat membentuk aspek psikologis untuk mencapai otomatisasi gerak.

Berbagai pernyataan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran motorik merupakan pembelajaran yang memerlukan aktivitas gerak untuk mencapai perubahan, serta berhubungan langsung dengan aspek kognitif, psikomotor, dan afektif yang kemudian diterapkan. Melalui pembelajaran motorik, anak diharapkan dapat memperoleh manfaat sesuai dengan aspek kognitif, psikomotor, dan afektif untuk menuju perubahan kematangan yang permanen.

#### c. Manfaat Pembelajaran Motorik

\* Pembelajaran motorik merupakan pembelajaran yang sangat penting dilaksanakan di sekolah. Pembelajaran motorik diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perubahan gerak motorik yang dimiliki siswa. Menurut Decaprio (2017:17) manfaat pembelajaran motorik antara lain yaitu : (1) meningkatkan kemampuan keterampilan yang dimiliki; (2) hasil belajar motorik relatif mengalami perubahan yang permanen; (3) umpan balik yang ada hubungannya dengan perasaan, diterapkan di dalam sistem saraf

yang disimpan di memori untuk pergerakan; (4) meningkatkan koordinasi antara persepsi dan tindakan secara konsisten.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran motorik memiliki banyak sekali manfaat yang bisa diambil yaitu dengan pembelajaran motorik siswa dapat mengembangkan keterampilan yang dimiliki dari mulai tidak bisa menjadi bisa, pembelajaran motorik juga melatih motorik siswa menuju perubahan gerak yang bersifat kekal. Oleh karena itu pembelajaran motorik sangat penting untuk kehidupan anak di masa yang akan datang.

#### **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang akan dilaksanakan merujuk pada penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan dari berbagai penelitian. Penelitian mengenai permainan tradisional untuk gerak dasar motorik telah diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rusmiwati (2016) dari Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Surabaya dengan judul “Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Gerak Dasar Motorik Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas V SDN Margomulyo 1 Bojonegoro”. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan gerak dasar motorik siswa kelas V mengalami pengaruh setelah diberikan *treatment* dengan menggunakan permainan tradisional yaitu sebesar 14,22%. Peningkatan dari tes gerak dasar motorik yang

terjadi pada siswa disebabkan karena sebelumnya guru belum pernah menerapkan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK sehingga siswa tertarik untuk mengikuti pembelajaran dengan permainan yang baru.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Persamaan dalam penelitian ini terletak pada pokok permasalahan yaitu pembelajaran menggunakan permainan tradisional dengan materi gerak dasar. Penelitian Rusmiwati dengan penelitian yang akan dilakukan juga memiliki perbedaan. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan ialah dalam penelitian Rusmiwati kelas yang diteliti yaitu kelas V, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan kelas IV sebagai objek penelitian. Perbedaan selanjutnya terletak pada sekolah yang ingin diteliti, dalam penelitian Rusmiwati sekolah yang digunakan sebagai penelitian yaitu SDN Margomulyo 1 Bojonegoro, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua sekolah dalam penelitiannya yaitu di SDN 4 Wringinrejo dan SDI Baitussalam.

Penelitian terdahulu yang kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh Husain (2014) yang berjudul “Survei Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Brangsong Kabupaten Kendal”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan survei tentang permainan tradisional dalam pembelajaran penjasorkes pada siswa di sekolah dasar Se-Kecamatan Brangsong Kabupaten Kendal tergolong baik yaitu memiliki prosentase 73,13%.

Persamaan penelitian Husain dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada penelitian ini menggunakan permainan tradisional

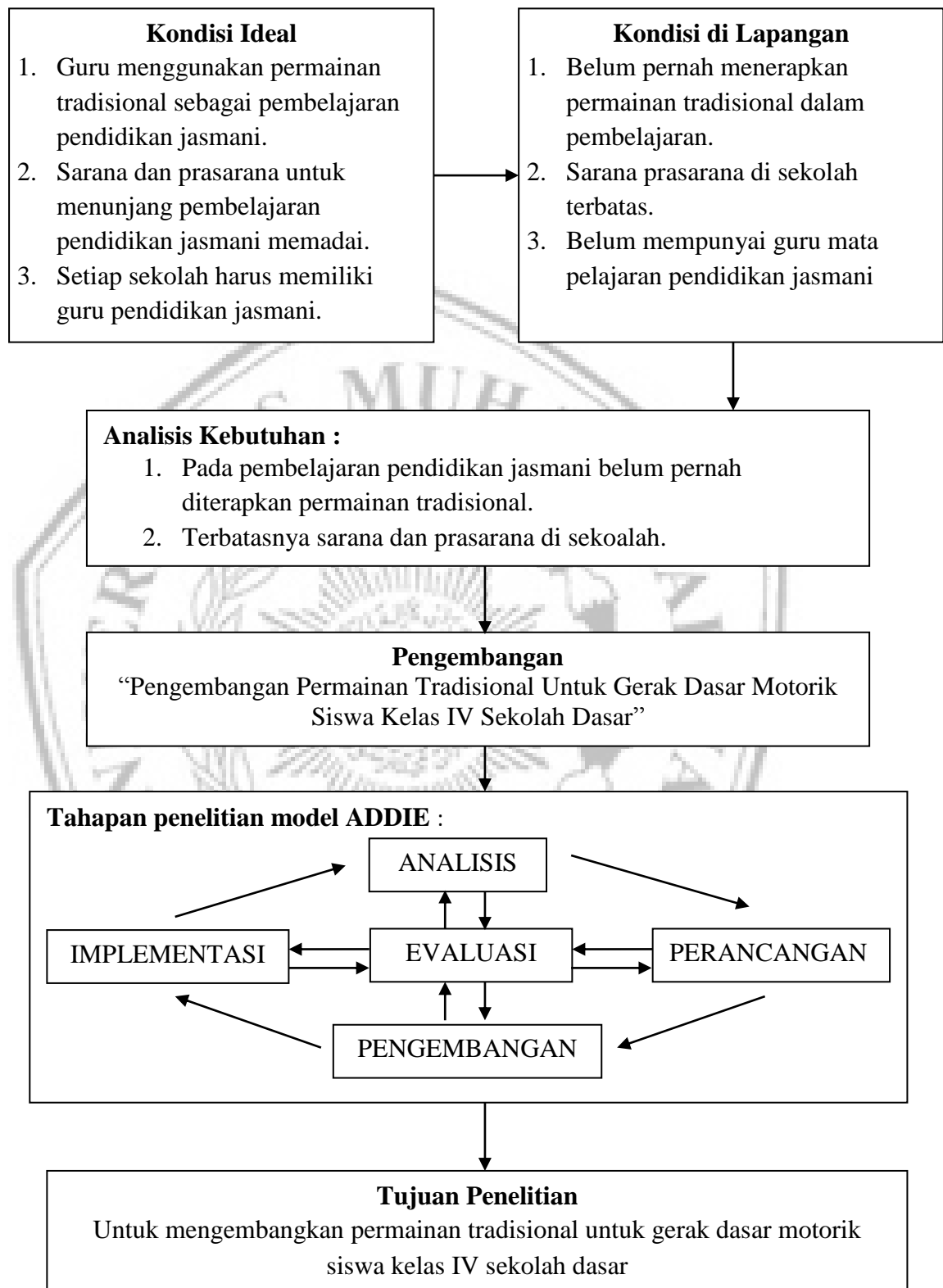
sebagai objek penelitian. Persamaan lainnya yaitu mata pelajaran yang digunakan dalam penelitian yaitu pendidikan jasmani. Sedangkan perbedaan penelitian Husain dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sekolah yang dijadikan penelitian merupakan keseluruhan sekolah dasar yang ada di Kecamatan Brangsong, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua sekolah yaitu SDN 4 Wringinrejo dan SDI Baitussalam.

Penelitian terdahulu ketiga yaitu dengan judul “Model Permainan Tradisional Gobak Sodor Bola Pembelajaran Penjasorkes Siswa Kelas V Sekolah Dasar” yang dilakukan oleh Hidayat (2013). Pada penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa mengembangkan permainan tradisional gobak sodor dapat meningkatkan hasil belajar siswa yaitu aspek afektif 93%, aspek kognitif 80%, dan aspek psikomotorik 83%. Penelitian yang dilakukan Hidayat memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Persamaan penelitian yang akan dilakukan yaitu penelitian ini menggunakan permainan tradisional dan juga mata pelajaran yang digunakan pendidikan jasmani. Selain memiliki persamaan penelitian Hidayat juga memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Perbedaan tersebut yaitu objek kelas yang dijadikan penelitian berbeda. Penelitian Hidayat menggunakan kelas V, sedangkan penelitian yang akan menggunakan kelas IV, serta untuk sekolah penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua sekolah yaitu SDN 4 Wringinrejo dan SDI Baitussalam.

Berbagai penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan permainan tradisional bisa dijadikan sebagai sarana untuk melatih gerak dasar motorik yang dimiliki anak. Beberapa penelitian terdahulu diatas juga dapat dijadikan sebagai landasan untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengembangan Permainan Tradisional Untuk Gerak Dasar Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar”.



### C. Kerangka Pikir



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir